



ORARIO FITNESS dal 04/09/2017 al 15/07/2018

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
Studio 1 07,15 - 08,15 GROUP CYCLING FABRIZIO T.	Polifunzionale 07,15 - 08,15 HEAT PROGRAM* MAX	Studio 1 07,15 - 08,15 GROUP CYCLING FABRIZIO T.	Studio 1 08,00 - 09,00 CIRCUIT MANUELA	Studio 1 07,15 - 08,15 GROUP CYCLING FABRIZIO T.	
Studio 2 08,00 - 09,00 TONE UP PABLO	Studio 1 08,00 - 09,00 TOTAL BODY MANUELA	Studio 2 08,00 - 09,00 G.A.G. PABLO	Polifunzionale 08,15 - 09,15 HEAT PROGRAM* CRISTINA	Studio 2 08,00 - 09,00 TOTAL BODY & STRETCH PABLO	
		Studio 1 08,30 - 09,30 TRUE VINYASA FLOW DANIELA	Studio 1 09,00-10,00 TOTAL BODY MANUELA		
Polifunzionale 09,00 - 10,00 TONING ZONE CLAUDIA	Studio 1 09,00-10,00 CIRCUIT MANUELA	Polifunzionale 09,00 - 10,00 TONING ZONE CLAUDIA	Studio 2 09,30 - 10,30 GYM MUSIC MIRKO	Polifunzionale 09,00 - 10,00 TONING ZONE CLAUDIA	
Studio 2 09,30 - 10,45 G.A.G. PABLO	Studio 2 09,30 - 10,30 GYM MUSIC MIRKO	Studio 2 09,30-10,45 TOTAL BODY & STRETCH PABLO	Polifunzionale 09,30 - 11,00 TRUE VINYASA FLOW MAX	Studio 2 09,30 - 10,45 TONE UP PABLO	Polifunzionale 10,00 - 11,00 HEAT PROGRAM* CRISTINA
Polifunzionale 10,00 - 11,00 PILATES MATWORK CLAUDIA	Polifunzionale 09,30 - 11,00 TRUE VINYASA FLOW MAX	Polifunzionale 10,00 - 11,00 PILATES MATWORK CLAUDIA	Polifunzionale 11,15 - 12,30 PREPUGILISTICA ALESSANDRO	Polifunzionale 10,00 - 11,00 PILATES MATWORK CLAUDIA	Studio 2 10,30 - 11,30 CIRCUIT GIADA
Polifunzionale 11,00 - 12,00 FITBALL FUSION ELISABETTA P.	Polifunzionale 11,15 - 12,30 PREPUGILISTICA ALESSANDRO	Polifunzionale 11,00 - 12,00 FITBALL FUSION ELISABETTA P.		Polifunzionale 11,00 - 12,00 FITBALL FUSION ELISABETTA P.	Studio 2 11,30 - 12,30 GYM MUSIC GIADA
Studio 2 12,00 - 13,00 ATHLETIC VALERIA Z.	Studio 2 12,00 - 13,00 ZUMBA VALERIA M.	Studio 2 12,00 - 13,00 ATHLETIC VALERIA Z.	Studio 2 12,00 - 13,00 ZUMBA VALERIA M.	Studio 2 12,00 - 13,00 ATHLETIC VALERIA Z.	Polifunzionale 12,00 - 13,00 PREPUGILISTICA GIORGIO
Polifunzionale 12,15 - 13,15 GINN.QUANTISTICA ELISABETTA P.	Studio 1 12,30 - 13,30 GROUP CYCLING ELISABETTA S.	Polifunzionale 12,15 - 13,15 GINN.QUANTISTICA ELISABETTA P.	Studio 1 12,30 - 13,30 GROUP CYCLING ELISABETTA S.	Polifunzionale 12,15 - 13,15 GINN.QUANTISTICA ELISABETTA P.	Studio 1 12,30 - 13,30 GROUP CYCLING ELISABETTA S.
Studio 2 13,00 - 13,30 CRUNCH FABRIZIO E.	Polifunzionale 12,30 - 13,30 STRETCHING ROBERTO	Studio 2 13,00 - 13,30 TONE UP FABRIZIO E.	Studio 2 12,30 - 13,30 STRETCHING ROBERTO	Studio 2 13,00 - 13,30 G.A.G. FABRIZIO E.	Studio 1 13,30 - 14,30 GROUP CYCLING ELISABETTA S.
Studio 1 13,10 - 13,50 FORZA FUNZIONALE VINCENTO	Studio 1 13,30 - 14,30 GROUP CYCLING ELISABETTA S.	Studio 1 13,10 - 13,50 FORZA FUNZIONALE FABRIZIO B.	Studio 1 13,30 - 14,30 GROUP CYCLING ELISABETTA S.	Studio 1 13,10 - 13,50 FORZA FUNZIONALE ALESSIO	Polifunzionale 13,30 - 15,00 TRUE VINYASA FLOW TIZIANA o RAFFAELLA
Studio 2 13,30 - 14,30 X TEMPO TRAINING FABRIZIO E.	Polifunzionale 13,30 - 14,30 PILATES MATWORK ROBERTO	Studio 2 13,30 - 14,30 B.F.T. FABRIZIO E.	Polifunzionale 13,30 - 14,30 PILATES MATWORK ROBERTO	Studio 2 13,30 - 14,30 PUMP FABRIZIO E.	DOMENICA
Polifunzionale 13,30 - 15,00 PREPUGILISTICA GIORGIO	Studio 2 13,30 - 14,30 LATIN UP MANUEL	Polifunzionale 13,30 - 15,00 PREPUGILISTICA GIORGIO	Studio 2 13,30 - 14,30 LATIN UP MANUEL	Polifunzionale 13,30 - 15,00 PREPUGILISTICA GIORGIO	Studio 2 10,30 - 11,30 FITNESS a rotazione
Studio 1 13,50 - 14,30 FORZA FUNZIONALE VINCENTO		Studio 1 13,50 - 14,30 FORZA FUNZIONALE FABRIZIO B.		Studio 1 13,50 - 14,30 FORZA FUNZIONALE ALESSIO	Studio 1 11,30 - 12,30 GROUP CYCLING a rotazione
Studio 2 18,00 - 19,00 TONING ZONE CLAUDIA	Studio 2 17,30 - 18,30 GINN. EDUCATIVA FEDERICO	Studio 2 18,00 - 19,00 PILATES MATWORK CLAUDIA	Studio 2 17,30 - 18,30 GINN. EDUCATIVA FEDERICO	Studio 2 18,00 - 19,00 STRETCHING MIOFASCIALE CLAUDIA	Lunedì-Mercoledì-Venerdì Sala C. Isotonica 19,00-19,30 CRUNCH M. TERESA
Polifunzionale 18,00 - 19,00 HEAT PROGRAM* MARIKA	Studio 2 18,30 - 19,30 CORPO LIBERO FEDERICO	Polifunzionale 18,00 - 19,00 TRUE POWER VINYASA DANIELA	Studio 2 18,30 - 19,30 CORPO LIBERO FEDERICO		
Studio 1 18,30 - 19,20 GROUP CYCLING MIRKO	Polifunzionale 18,45 - 20,00 TRUE POWER VINYASA RAFFAELLA	Studio 1 18,30 - 19,20 GROUP CYCLING MIRKO	Studio 1 19,00 - 20,00 FORZA FUNZIONALE MAURIZIO	Studio 1 18,30 - 19,20 GROUP CYCLING MIRKO	Mercoledì Studio 2 21,00 - 22,00 LATINO SIMONE DI PASQUALE
Studio 2 19,00 - 20,00 PILATES MATWORK CLAUDIA	Studio 1 19,00 - 20,00 FORZA FUNZIONALE MAURIZIO	Studio 2 19,00 - 20,00 STRETCHING MIOFASCIALE CLAUDIA	Polifunzionale 19,00 - 20,00 HEAT PROGRAM* ROBERTO	Studio 2 19,00 - 20,00 TONING ZONE CLAUDIA	Sala Cardio Isotonica dal Lunedì al Venerdì 7,00 - 22,00 Sabato 7,00 - 18,30 Domenica 8,30 - 14,00
Polifunzionale 19,00 - 20,30 PREPUGILISTICA GIORGIO	Studio 2 19,30 - 20,30 ZUMBA VALERIA M.	Polifunzionale 19,00 - 20,30 PREPUGILISTICA GIORGIO	Studio 2 19,30 - 20,30 ZUMBA VALERIA M.	Polifunzionale 19,00 - 20,30 PREPUGILISTICA GIORGIO	
Studio 1 19,30 - 20,30 GYM MUSIC MIRKO	Studio 1 20,00-21,00 G.A.G. JESSICA	Studio 1 19,30 - 20,30 STEP & TONE MIRKO	Studio 1 20,00-21,00 TONE UP JESSICA	Studio 1 19,30 - 20,30 GYM MUSIC MIRKO	

* Corso Opzionale La direzione tecnica si riserva la possibilità di effettuare modifiche e/o variazioni al seguente programma - aggiornato al 08 Gennaio 2018